Niveau(x) d'enseignement: 9 Numéro EDUQ : 9470979
Centre d'intérêt: 910

Développement personnel et social : santé et sexualité : vivre en forme, GTC 155 : définition du domaine d'examen. -- [Québec] : Direction de la formation générale des adultes, Service de l'évaluation des apprentissages, 1994.
10 p. ; 28 cm.

Code: 9394-0991; 38-7594. Bibliogr.: p. 10.

ISBN 2-550-29228-6

Vedette(s)-secondaire(s): Québec (Province). Direction de la formation générale des adultes. Service de l'évaluation des apprentissages

Descripteur(s): Santé physique * Condition physique * Programme d'études * Evaluation sommative * Elaboration d'examens * Education des adultes

Identificateur(s) de sujet: Développement personnel et social (Programme)

La présente définition du domaine sert à décrire et à organiser, à des fins d'évaluation sommative, les éléments essentiels et représentatifs du programme Développement personnel et social et, plus particulièrement, du cours GTC 155: Vivre en forme. Elle permet la préparation des épreuves et assure leur correspondance avec le programme.

Type de document:

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

SANTÉ ET SEXUALITÉ
VIVRE EN FORME

GTC 155

DÉFINITION DU DOMAINE D'EXAMEN

FÉVRIER 1994

Québec

91-70979

DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

SANTÉ ET SEXUALITÉ
VIVRE EN FORME

GTC 155

DÉFINITION DU DOMAINE D'EXAMEN

FÉVRIER 1994

Direction de la formation générale des adultes
Service de l'évaluation des apprentissages

TABLE DES MATIÈRES

Page

1. Présentation 1

2. Conséquences des orientations du programme d'études sur l'évaluation 2

3. Contenu du programme d'études aux fins d'évaluation sommative 3

   3.1 Notions 3

   3.2 Habiletés 4

4. Tableau de pondération 5

5. Comportements observables 6

6. Justification des contenus et de leur pondération 8

7. Spécification des épreuves 9

   7.1 Types d'épreuves 9

   7.2 Note de passage 9

8. Références bibliographiques 10

DÉFINITION DU DOMAINE D'EXAMEN

PROGRAMME DE DÉVELOPPEMENT PERSONNEL ET SOCIAL

GTC 155 : VIVRE EN FORME

1. PRÉSENTATION

La présente définition du domaine d'examen a été rédigée à des fins d'évaluation sommative. Elle sert à décrire et à organiser les éléments essentiels et représentatifs du programme d'études et, plus particulièrement, du cours GTC 155. Elle se fonde sur le programme mais ne peut, en aucun cas, le remplacer. Elle assure la correspondance entre le programme et les épreuves nécessaires à l'évaluation sommative.

Le but de la définition du domaine d'examen est de préparer des épreuves valides d'une version à une autre, d'une année à une autre, ou encore d'une commission scolaire à une autre en tenant compte du partage des responsabilités entre le ministère de l'Éducation et les commissions scolaires.

2. CONSÉQUENCES DES ORIENTATIONS DU PROGRAMME D'ÉTUDES SUR L'ÉVALUATION

Orientations	Conséquences
Les programmes de *Développement personnel et social* favorisent chez l'adulte sa pleine réalisation comme individu et comme membre d'une collectivité dans une société en changement.	Par l'évaluation sommative, on s'assurera que l'élève maîtrise les connaissances et les habiletés nécessaires à sa pleine réalisation, mais on ne portera pas un jugement sur le développement personnel de l'élève.
Le volet *Santé et sexualité* prépare l'adulte à la prise en charge de son bien-être physique, psychologique et social ainsi qu'à l'intégration harmonieuse des diverses dimensions de la sexualité à sa personnalité.	Au moment de l'évaluation, on devra tenir compte de l'expérience de vie de l'adulte en privilégiant des mises en situation concrètes en rapport avec sa santé et sa sexualité.
Le cours *Vivre en forme* vise à sensibiliser l'élève au fait que la prise en charge de sa santé sous-entend le maintien de sa bonne forme physique par un programme d'activités conçu et adapté à des besoins décelés à partir d'un bilan de sa forme physique.	Avec l'évaluation sommative, on devra vérifier l'acquisition et la compréhension de connaissances théoriques ainsi que la capacité de l'élève d'analyser une condition physique et d'élaborer un programme d'activités physiques réaliste et adapté à ses besoins et à ses capacités.

3. CONTENU DU PROGRAMME D'ÉTUDES AUX FINS D'ÉVALUATION SOMMATIVE

3.1 **Notions**

Aspects de la forme physique :

- Avantages (effets)
- Limites et contraintes
- Facteurs d'influence
  - Hérédité
  - Poids
  - Alimentation
  - Milieu
  - Habitudes de vie
- Interactions des facteurs
- Responsabilités

Bilan de la forme physique :

- Éléments d'un bilan
  - Historique de sa santé
  - Hérédité
  - Capacités physiologiques
  - Habitudes de vie
- Incidences des éléments
- Effet des habitudes de vie
- Élaboration

Programme d'activités physiques :

- Principes à respecter
- Dangers liés à l'exercice physique
- Stratégie d'implantation
  - Aménagement
  - Coûts
  - Matériel
  - Espace
  - Temps
- Techniques et approches de mise en forme
  - Description
  - Évaluation
- Priorités
- Moyens de mise en forme appropriés

3.2 **Habiletés**

Connaître :

Cette habileté se traduira par la capacité de reconnaître des avantages, des limites, des contraintes, des principes, des comportements et des dangers.

Comprendre :

Cette habileté se traduira par la capacité :

- de distinguer le rôle de différents facteurs et leur interaction, des techniques et des approches;
- de retenir des éléments d'un bilan de forme physique.

Analyser :

Cette habileté se traduira par la capacité de faire des liens entre des éléments et des habitudes de vie.

Synthétiser :

Cette habileté se traduira par la capacité :

- d'élaborer un bilan de la forme physique;
- de rechercher les priorités pour l'élaboration d'un programme d'activités physiques et des moyens de mise en forme.

4. TABLEAU DE PONDÉRATION

Notions / Habiletés	ASPECTS DE LA FORME PHYSIQUE 24 %	BILAN DE LA FORME PHYSIQUE 38 %	PROGRAMME D'ACTIVITÉS PHYSIQUES 38 %
CONNAÎTRE 16 %	Avantages (effets) Limites et contraintes (1) 4 %		Principes à respecter Dangers liés à l'exercice physique Stratégie d'implantation (6) 12 %
COMPRENDRE 36 %	Facteurs d'influence - Hérédité - Poids - Alimentation - Milieu - Habitudes de vie Interaction des facteurs Responsabilités (2) 20 %	Éléments d'un bilan - Historique de sa santé - Hérédité - Capacités physiologiques - Habitudes de vie (3) 10 %	Techniques et approches de mise en forme - Description - Évaluation (7) 6 %
ANALYSER 16 %		Incidence des éléments Effet des habitudes de vie (4) 16 %	
SYNTHÉTISER 32 %		Élaboration (5) 12 %	- Priorités - Moyens de mise en forme appropriés (8) 20 %

5. COMPORTEMENTS OBSERVABLES

Importance des items ↓ | Numéros des cases du tableau de pondération ↓

4 %	1.	À partir de la lecture d'un article, relever deux avantages (effets) à être en bonne forme physique et deux habitudes de vie pouvant nuire à la bonne forme physique.
12 %	2.	À partir d'une étude de cas, indiquer deux facteurs qui jouent un rôle sur la forme physique de la personne en cause et choisir, dans une liste fournie, l'énoncé qui explique en quoi chacun des facteurs modifie la forme physique.
4 %		Choisir parmi quatre énoncés, celui qui démontre l'interaction des facteurs jouant un rôle sur la forme physique d'une personne.
4 %		À partir d'un exemple, relever deux comportements constituant des éléments de responsabilité d'une personne au regard de sa propre forme physique.
10 %	3.	Retracer, dans une étude de cas, trois faits correspondant à des éléments donnés d'un bilan de la forme physique.
8 %	4.	Relever dans le cas précédent, l'incidence de deux éléments d'un bilan sur la forme physique de cette personne.
8 %		Relever l'effet de deux habitudes de vie d'une personne sur sa forme physique.
12 %	5.	À partir d'une étude de cas, établir un bilan de la forme physique de la personne en cause. Le bilan doit comprendre un exemple décrivant chacun des éléments suivants : – historique de sa santé; – hérédité; – capacités physiologiques; – habitudes de vie.

12 % 6. À partir d'exemples de programmes d'activités physiques, indiquer celui qui respecte les principes de base suivants :

spécificité, surcharge, progression, individualité, maintien.

À partir d'une situation, relever un danger lié à l'exercice physique.

À partir d'une liste, indiquer les éléments d'une stratégie d'implantation d'un programme personnel d'activités physiques.

6 % 7. À partir de descriptions, reconnaître la technique ou l'approche de mise en forme.

20 % 8. À partir d'un bilan de la forme physique d'une personne :

- déterminer deux priorités sur lesquelles pourrait porter un programme d'activités physiques;
- trouver un moyen de mise en forme correspondant à chacune des priorités;
- justifier le choix des moyens.

6. JUSTIFICATION DES CONTENUS ET DE LEUR PONDÉRATION

Le programme d'études dans son volet *Santé et sexualité* vise à préparer l'adulte à la prise en charge de son bien-être physique et sexuel. La formation est donc de base, d'où l'importance accordée à la compréhension des diverses notions qui lui permettra de faire un bilan de sa forme physique.

De plus, l'élève doit être capable d'élaborer un programme de mise en forme réaliste et adapté à ses besoins. Elle ou il doit donc démontrer son habileté à analyser et surtout à synthétiser les connaissances acquises.

Le tableau de pondération reflète cette réalité.

7. SPÉCIFICATION DES ÉPREUVES

7.1 **Types d'épreuves**

Aux fins d'évaluation sommative, l'épreuve sera écrite.

L'évaluation sommative se fera en une seule séance à la fin du cours.

La durée de l'épreuve sera de 90 minutes.

7.2 **Note de passage**

La note de passage de cette épreuve sera de 60 sur 100.

8. RÉFÉRENCES BIBLIOGRAPHIQUES

DIRECTION GÉNÉRALE DE L'ÉDUCATION DES ADULTES. *Acquis scolaires, Guide d'élaboration des instruments d'évaluation sommative à l'Éducation des adultes*, février 1988, 113 pages.

DIRECTION GÉNÉRALE DE L'ÉDUCATION DES ADULTES. *Programmes de développement personnel et social*, édition préliminaire, novembre 1989, 252 pages.

DIRECTION GÉNÉRALE DE L'ÉDUCATION DES ADULTES. *Développement personnel et social : vivre en forme, GTC 155*, cahier de matériel d'apprentissage, édition préliminaire, septembre 1989, 172 pages.